U.S. Department of Health & Human Services: Office of Public Health and Science — Office of Population Affairs

Solo Para Jóvenes

Lo que debes saber sobre la anticoncepción Volumen 3, Julio 1999

Infórmate Bien
CIERTO o FALSO

Todos lo hacen
FALSO: No todos lo hacen. Cuatro de cada cinco jóvenes menores de 16 años nunca han tenido relaciones sexuales.

La mayoría de las jóvenes embarazadas y de los adolescentes que embarazan a su pareja quieren ser padres.
FALSO: El 82 por ciento de todos los embarazos de adolescentes no son planificados.

Una joven no puede salir embarazada si es su primera vez.
FALSO: Si la joven ya ha comenzado su ciclo menstrual y tiene relaciones sexuales puede quedar embarazada. Es importante saber que el ciclo menstrual comienza antes de la regla.

El retirar el pene durante el acto sexual no es la mejor manera de evitar el embarazo de tu pareja.
CIERTO: Se puede escapar algo de semen antes de la eyaculación. Puedes embarazar a una joven aunque retires el pene. Además, es difícil hacerlo antes de la eyaculación (coito interrumpido).

La anticoncepción es responsabilidad de la joven.
FALSO: La anticoncepción es responsabilidad de la pareja. Todo bebé tiene un padre y una madre, y tanto varones como mujeres pueden contraer enfermedades de transmisión sexual (ETS) como el VIH/SIDA. La pareja debe hablar sobre la anticoncepción y decidir cuál método usarán.

Una joven puede salir embarazada o un joven puede embarazar a su pareja aunque usen métodos anticonceptivos.
CIERTO: Nada, excepto la abstinencia, es 100 por ciento seguro.

Todos los métodos anticonceptivos protegen contra ETS como el VIH/SIDA.
FALSO: La mayoría de los métodos anticonceptivos no protegen contra ETS como el VIH/SIDA. El condón o preservativo de látex sí protege. Un joven que no usa un condón puede contagiar a su pareja con una enfermedad de transmisión sexual durante el acto sexual vaginal, anal u oral. Algunas ETS son curables, pero otras no. Así que, aunque se use otro método anticonceptivo es importante usar también un condón para protegerse contra infecciones.

Datos Básicos

¿Qué es la anticoncepción?
La anticoncepción (o control de natalidad) se refiere a los diversos métodos utilizados para evitar el embarazo de la mujer. Aunque es importante que las personas que están sexualmente activas usen algún método anticonceptivo para evitar embarazos, es importante saber que no todos los métodos anticonceptivos protegen contra las enfermedades de transmisión sexual (ETS). El condón es el único método anticonceptivo que puede proporcionar protección contra ETS como VIH/SIDA.

¿Quién necesita la anticoncepción?
Cualquier persona que tenga relaciones sexuales y que no quiera quedar embarazada o embarazar a su pareja. Siempre que se tienen relaciones sexuales se corre el riesgo de un embarazo. La abstinencia, que es no tener relaciones sexuales, es la única manera de evitar 100 por ciento un embarazo.

¿Hay métodos anticonceptivos que previenen mejor que otros los embarazos?
Sí. Algunos métodos anticonceptivos son más eficaces que otros. Para que el método que has elegido sea eficaz, debes utilizarlo correctamente. Siempre debes leer bien y seguir las instrucciones del paquete. (Véase tabla de eficacia al dorso).

¿Es el condón el único método anticonceptivo que los varones pueden usar?
No, pero el condón es el método que más usan los jóvenes. Recuerda, el condón sirve de protección contra embarazos y también contra VIH/SIDA y otras ETS.

¿Cómo decido cuál método anticonceptivo debo usar?
Cada tipo de anticonceptivo tiene sus ventajas y desventajas. Un profesional de atención de salud puede ayudarte a decidir cuál es el mejor para tí. Recuerda que aunque uses un método confiable de anticoncepción como la píldora, el condón es el único que protege contra VIH/SIDA y ETS.

¿Necesito una receta médica para comprar anticonceptivos?
Los condones y espermicidas se despachan sin receta, pero los demás métodos anticonceptivos requieren una receta médica. Aún cuando uses un método no prescrito es aconsejable que visites regularmente a un profesional de atención de salud.

Métodos Anticonceptivos

Métodos Hormonales

Los métodos hormonales evitan el embarazo al interrumpir el proceso normal de embarazo de la mujer. Los métodos hormonales no protegen contra ETS.

La píldora—Una píldora que la mujer debe tomar diariamente a la misma hora.

Implante hormonal—Pequeñas cápsulas que se introducen bajo la piel del brazo de la mujer y que gradualmente liberan pequeñas cantidades de una hormona.

Depo-Provera—Una hormona que se inyecta cada tres meses en el brazo o nalga de la mujer.

Anticonceptivos de emergencia—Píldoras de hormonas que se toman en el período de 72 horas después del acto sexual no protegido o cuando el método anticonceptivo ha fallado (si se ha roto el condón o si no se ha tomado la píldora). La anticoncepción de emergencia es el único método que se puede usar después de las relaciones sexuales para evitar el embarazo.

Métodos de Barrera

Los métodos de barrera impiden la unión del espermatozoide y el óvulo.

Condón/preservativo—Cobertura para el pene o vagina. Se recomienda el condón de látex para la protección contra ETS como VIH/SIDA.

Diafragma/copa cervical—Una copa flexible de látex que la mujer introduce en su vagina antes del acto sexual. El diafragma se usa generalmente con un espermicida en crema o gel.

Otros Métodos

Abstinencia—No se tiene contacto sexual vaginal, oral o anal. La abstinencia es la única manera 100 por ciento eficaz de evitar embarazos y ETS, entre ellas VIH/SIDA.

Espermicida—Una crema, gel o espuma que elimina los espermatozoides. El espermicida no protege contra ETS o VIH/SIDA. Es más eficaz cuando se usa conjuntamente con un condón.

Coito interrumpido—Consiste en retirar el pene de la vagina antes de la eyaculación. Aunque es mejor que nada, retirar el pene es uno de los métodos menos eficaces de evitar embarazos.

Planificación familiar natural—Consiste en no tener relaciones sexuales durante los cinco o seis días al mes en los que la mujer puede quedar embarazada. Se necesita capacitación especial para utilizar este método.

Dispositivos intrauterinos—Un dispositivo de plástico que es recetado por el médico y que se introduce en el útero de la mujer.

Esterilización—Una operación permanente que consiste en ligar las trompas de Falopio de la mujer o hacer una vasectomía al hombre.

Tabla de Eficacia de Uso Típico*

Píldora	95%
Implante hormonal	casi 100%
Depo-Provera	casi 100%
Condón	79%
Diafragma/copa cervical con espermicida	80%
Abstinencia	100%
Espermicidas	74%
Retirar el pene	81%
Planificación familiar natural	75%
Dispositivo intrauterino	99%
Anticoncepción de emergencia	75%

*Eficacia de uso típico del método anticonceptivo – Cuán bien trabaja el método anticonceptivo para la persona promedio.

Fuente de información/datos: *Contraceptive Technology: The 1975 National Survey of Adolescent Males y The 1995 National Survey of Family Growth.*

Para obtener más copias de esta hoja informativa, escriba a: Office of Population Affairs Clearinghouse, P.O. Box 30686, Bethesda, MD 20824
o llame al (301) 654-6190, fax (301) 215-7731 o comuníquese por correo electrónico: opa@tascon.com